

# KVELDSMAT / TOAST - 2016

## LSLK Gruppe K + Trim

**Mandager kl 20.15 i Trønderhallen (svømmerne kommer opp fra bassenget kl.20.15)**

Toastjern, pappasjetter/servietter og plastkopper er i et lagerrom ved tribune inngang C. Spør i resepsjonen i Trønderhallen om nøkkel.

Det finnes plastkopper (flergangsbruk) som tilhører LSLK, disse står i en hvit kasse sammen med toastjern. Vi får bruke oppvaskmaskinen til trønderhallen, hør med dem ang. riktig bruk!

Forslag til mat for ca.20-30 svømmere er:

- Toast med fint og grovt brød (5-7 stk) dvs. 4 skiver p.pers
- Skinke (4 -5 pk), hvitost (4-5 pk), ketchup og grillkrydder
- Ev. litt frukt eller det dere vil servere dem.
- Melk (6-8 liter)
- Sjøkopulver
- Juice 2-3liter og vann. Juicen kan blandes med vann, ta med mugger selv eller lån av foreldreforeningen, de står i kjelleren på Trønderhallen.

Familien som står øverst uthevet har ansvaret, og tar kontakt med den andre for å avtale innkjøp og servering. Dere deler kostnadene.

Dersom det ikke passer for dere når dere er oppsatt, så bytt med noen andre på lista.

PS: Det er lov og gå utom denne lista og lage en annen type kveldsmat!



Dato:	Ansvarlig		
<b>04.04.16</b>	<b>Mika Tiarks</b> Till-Oke Tiarks	91172397 91172397	<a href="mailto:leder@lslk.no">leder@lslk.no</a>
<b>11.04.16</b>	<b>Markus Helbæk</b> Andrea Fjerdingen	92654567 90219255	<a href="mailto:Morten.Helbaek@hint.no">Morten.Helbaek@hint.no</a> <a href="mailto:laila.fjerdingen@ntebb.no">laila.fjerdingen@ntebb.no</a>
<b>18.04.16</b>	<b>Tormod Værdal Kvam</b> Brage Wauger Børstad	90895432 99278525	<a href="mailto:heidi.vaerdal@ntebb.no">heidi.vaerdal@ntebb.no</a> <a href="mailto:tine.borstad@ntebb.no">tine.borstad@ntebb.no</a>
<b>25.04.16</b>	<b>Petter Hogstad</b> Tage Holthe	95825913 91130920	<a href="mailto:ingunnhogstad@live.no">ingunnhogstad@live.no</a> <a href="mailto:kristin.frantzvag@hotmail.com">kristin.frantzvag@hotmail.com</a>
<b>02.05.16</b>	<b>Kristoffer Fosslund</b> Alexander Fossum	95929256 92425575	<a href="mailto:marita.fosslund@ntebb.no">marita.fosslund@ntebb.no</a> <a href="mailto:alexander756@live.no">alexander756@live.no</a>
<b>09.05.16</b>	<b>Kristian Grønli</b> Haakon Kjelbergnes	90885997 91568859	<a href="mailto:ingunn.bjorkli@hemit.no">ingunn.bjorkli@hemit.no</a> <a href="mailto:fk@houseofcoffee.no">fk@houseofcoffee.no</a>
<b>16.05.16</b> 2. pinsedag			
<b>23.05.16</b>	<b>Ingrid Wikdahl</b> Weronika Wojtyniak	47895130 48689767	<a href="mailto:monikawikdahl@hotmail.com">monikawikdahl@hotmail.com</a> <a href="mailto:slawekwojtniak@wp.pl">slawekwojtniak@wp.pl</a>
<b>30.05.16</b>	<b>Helle Gran Størseth</b> Thea Stenhaugen	93099069 92216666	<a href="mailto:gran.ane@ntebb.no">gran.ane@ntebb.no</a> <a href="mailto:sstenhaugen@hotmail.com">sstenhaugen@hotmail.com</a>
<b>06.06.16</b>	<b>Odin Hov Stokke</b> Kevin Tømmerbakk	91184453 92207005	<a href="mailto:grete.hov@outlook.com">grete.hov@outlook.com</a> <a href="mailto:a.tommerbakk@sto.com">a.tommerbakk@sto.com</a>
<b>13.06.16</b>	<b>Martin Loktu</b> Lars Morten Stjern	99234273 47616130	<a href="mailto:tone.munkeby@ntebb.no">tone.munkeby@ntebb.no</a> <a href="mailto:marit-drage@outlook.com">marit-drage@outlook.com</a>
<b>20.06.16</b>	<b>Espen Birger Mona Augdal</b> Lukas Larsson Røtting	99444482 92813770	<a href="mailto:geir.aug@gmail.com">geir.aug@gmail.com</a> <a href="mailto:krinami@hotmail.com">krinami@hotmail.com</a>
Sommerferie			
<b>22.08.16</b>	<b>Nicklas Rauhut</b> Christopher Rauhut	94871616 94871616	<a href="mailto:gille.rauhut@gmail.com">gille.rauhut@gmail.com</a> <a href="mailto:gille.rauhut@gmail.com">gille.rauhut@gmail.com</a>
<b>29.08.16</b>	<b>Signe Hogstad</b> Nikolai Kjelbergnes	95825913 91568859	<a href="mailto:ingunnhogstad@live.no">ingunnhogstad@live.no</a> <a href="mailto:fj@houseofcoffee.no">fj@houseofcoffee.no</a>
<b>05.09.16</b>	<b>Erlend Stjern</b> Katja W. Sandø	97616130 95706974	<a href="mailto:marit-drage@outlook.com">marit-drage@outlook.com</a> <a href="mailto:lasse.sando@ntebb.no">lasse.sando@ntebb.no</a>
<b>12.09.16</b>	<b>Johannes Gjerpe Nilsen</b> Stian Leirvik	95056227 99231452	<a href="mailto:marianne@friluftsmann.no">marianne@friluftsmann.no</a> <a href="mailto:gunn.reidun@hotmail.com">gunn.reidun@hotmail.com</a>

